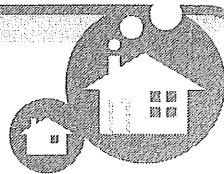


生活



住所 ● 〒060-8711 北海道新聞生活部
(郵便のあて先は住所不要です)

電話 ● 011-210-5605

ファクス ● 011-210-5607

電子メール ● seikatsu@hokkaido-np.co.jp

在宅ホスピスチームの中心は訪問看護師と云っていいでしょう。その中でも近年、「緩和ケア認定看護師」の役割が非常に大きくなっています。

「認定看護師」とは、熟練した看護技術と知識があると認められた看護師です。緩和ケアをはじめ、救急看護や認知症看護など、21の分野に分かれています。一定の研修を受け、日本看護協会の認定審査に合格しなければなりません。

緩和ケア認定看護師は道内に約100人います。職場から勧められた「キャリアアップのため」など、認定を目指す理由はそれぞれ異なります。

私が認定を受けたのは今から7年前です。ホスピス

教えて 在宅ホスピス

緩和ケア認定看護師



同僚の看護師と患者さんのことについて話し合う筆者(左)

望む療養生活 手を携え

⑩ 病棟勤務の経験があり、「緩和ケアをゼロから学び、患者さんやご家族の役に立てたい」という気持ちでわき開設されたので受験し、約

20人の仲間と半年間学びました。この期間、私は休職し、がんによるつらい症状の緩和や方法や、患者さんとのコミュニケーション、家族ケアなどを学びました。

緩和ケア認定看護師は病院や訪問看護ステーション、診療所に所属し、患者さんと家族のケアを実際に行います。そして、スタッフの指導や教育、医師やヘルパーなど多職種とも連携します。

認定がゴールではなく、がんの患者さんやご家族が望む療養生活が送れるよう、私たちも成長し続けなければなりません。

(ホームケアクリニック札幌 緩和ケア認定看護師 田中ひとみ)

外は氷点下10度というのに、窓から差し込むやわらかな日差しが編み物をしていく母の背にあたり、ほっかきとしていく。けさ目が覚めると、「あー、今が一番辛かった」と母がつぶやいた。母の背負ってきた苦勞を思うとその言葉の重さに、涙が出た。

母は大正、昭和、平成



父へ

と生き抜いてきた。父と結婚、4人の子宝に恵まれるも2人も亡くし、父とも42歳で死別。生きる事はつらい事と生きてきたと語っていた母。3年前までは仕事をしていた私に代わり、家事を担ってくれていた。さてこれから親孝行と生きていたら、母は自力歩行が困難になり外出の機会がめっきり減った。そして60年前の記憶は鮮明に語るが、昨日の事がぼんやりとした。「これは危ない」と思い、母に何か役割を持ってもらおうと、得意な家事、料理を続けてもらうことにした。そして、してもらったことに「ありがとう母さん」を繰り返した。すると今年の冬、母は毛糸で靴下を25足も編んで孫や知人に贈り、「ありがとうがとう」と言われ、満面の笑みを見せてくれた。私はその笑顔に癒やされている。

50年前に亡くなった父の若い写真に手を合わせると、母さん、今が幸せと言ってくれたわ。苦勞をかけてごめんさい。でもしばらくは寂しいだろうけど迎えに来ないでね。父さんの分まで母さんに孝行させてください。

奥山 則子 (68歳・無職)

＝旭川市

投稿は女性だけ、600字で。郵便、ファクスは原稿用紙を使い、生活部「いづみ」係、電子メールはizumi@hokkaido-np.co.jpへ。原稿には題、住所、氏名、年齢、職業、郵便・電話番号も明記。趣旨を損なわずに加筆することがあります。原稿はお返ししません。掲載分は記事データベースに収録します。

きょうの1品

後藤 るみ子

焼き大根の塩こうじスープ

(1人分75kcal、塩分1.7g)

大根を焼いてから、ことこと煮ることで甘味が増します。

◇材料 (2人分) 大根8匁、長ネギ½本、ショウガ1片、梅干し1個、塩こうじ、酒

◇作り方

①大根は皮をむき、厚さ2匁の半月切り、長ネギは斜め薄切りにする。ショウガはみじん切り、梅干しは種

を外し包丁でたたいてペースト状にする。

②大根を、油をひいていないフライパンで焼き目がつくまで弱火でじっくり両面焼きにする。

③鍋に水400cc、塩こうじ大さじ½、酒大さじ1、焼いた大根、ネギ、ショウガ、梅干しを加え、ふたをして弱火で30分煮込む。

◇メモ 大根を焼く場合、フライパンではなく魚焼きグリルで焼いてもおいしくできます。